

SOIGNER

AIMER

OUANESSA

YOUNSI

MÉMOIRE



D'ENCRIER

SOIGNER, AIMER

MÉMOIRE 
D'ENCRIER

1260, RUE BÉLANGER – BUREAU 201
MONTRÉAL, QUÉBEC H2S 1H9

INFO@MEMOIRENCRIER.COM
MEMOIRENCRIER.COM

Ouanessa Younsi

SOIGNER, AIMER

PRÉFACE DE JEAN DÉSY





Collection Legba

Dans la mythologie vaudou,
Legba symbolise le passage du visible
à l'invisible, de l'humain aux mystères.

Legba est le dieu des écrivains.

*Chaque matin, je dois accepter
de plonger les doigts dans la douleur.*

Louise Dupré, *L'album multicolore*

*Cure, au sens de traitement, d'éradication de la maladie
et de sa cause, tend aujourd'hui à prendre le pas sur le sens
de care (soin, intérêt, attention). Les médecins praticiens
sont sans cesse en train de livrer bataille pour empêcher
que les deux sens ne perdent contact l'un avec l'autre.*

D. W. Winnicott, *Conversations ordinaires*

DE LA MÊME AUTRICE

POÉSIE

Quand je vis

Montréal, Mémoire d'encrier, 2023

Nous ne sommes pas des fées

(coécrit avec Louise Dupré)

Montréal, Mémoire d'encrier, 2022

Métissée

Montréal, Mémoire d'encrier, 2018

Emprunter aux oiseaux

Montréal, Mémoire d'encrier, 2014

Prendre langue

Montréal, Mémoire d'encrier, 2011

COLLECTIF

Femmes rapaillées (collectif de poésie)

codirection avec Isabelle Duval

Montréal, Mémoire d'encrier, 2016

PRÉFACE

Soigner, aimer, titre du livre de Ouanessa Younsi, psychiatre et poète, montre qu'elle a tout compris, ou qu'elle a beaucoup compris. On ne peut vraiment soigner, on ne peut vraiment être soignant si on n'aime pas. On peut certes apporter de l'aide ou des services aux autres, maîtriser leur mal, peut-être retirer un appendice tout enflé du ventre ou apaiser une angoisse horrible, mais cela peut demeurer mécanique, et sans affect, si tous ces actes, malgré leur apparente efficacité, sont posés sans amour.

Sans amour pour l'autre, pas de soin véritable. Et quand Ouanessa Younsi parle de soin, bien sûr, elle considère l'être tout entier, le soma et la psyché réunis, donc l'âme. C'est probablement pourquoi elle écrit : « Face aux désordres de l'âme, j'ai l'intuition qu'il faut plus d'âme encore ». Ce qui fait que les textes de *Soigner, aimer* sont eux-mêmes remplis

d'âme, l'auteure y dévoilant avec une langue toute poétique certains traits des âmes les plus souffrantes qu'elle a croisées.

Plusieurs essais se déroulent à Sept-Îles où, écrit-elle, « un chamane m'a remis une outarde pour soigner ». En effet, un jour, un patient d'origine innue lui a dit : « *Tshinashkumitin* », ce qui signifie littéralement : « Pour te remercier de m'avoir soigné, je t'offre une outarde en cadeau ».

J'ai lu *Soigner, aimer* avec l'émotion de celui qui a eu le bonheur de connaître son auteure alors qu'elle était étudiante, à la Faculté de médecine de l'Université Laval. J'offrais alors mes tout premiers cours de littérature. D'emblée, Ouanessa Younsi m'a ébloui par ses capacités de lecture et d'écriture. Sachant bien toute la sensibilité dont elle était faite, elle a tout de même poursuivi ses études médicales jusqu'à devenir psychiatre.

La réflexion qu'elle tient sur le monde dans lequel elle évolue, sur la société en général, plus que jamais préoccupée par les rendements, la production, le capital et d'apparentes nécessaires austérités, mais aussi sa réflexion à propos de son petit monde médical parfois subjugué par l'argent et le pouvoir (« sniffer de l'essence, de la coke, ou des billets de cent, ça reste un dérèglement des sens »), monde qui a pourtant comme tâche première de s'occuper des patients et de leurs maux (en particulier des cas de psychose qu'elle-même est appelée à soigner presque chaque jour, en tant que psychiatre), tout cela a renforcé ma confiance dans le vrai soin à l'autre. Tout reste possible grâce à la puissance poétique

manifestée dans ces textes courts. On pressent que la Beauté est là, à portée de cœur, dans la mesure où jamais l'art n'est oublié au profit de la science.

« Oh tu aimes tes patients, tu aimes soigner, mais écrire te soigne de toi-même et tu peux mieux accompagner autrui », termine l'auteure en songeant à son art, soulignant ainsi, à sa manière, que l'ultime valeur humaine, finalement, demeure la compassion.

Jean Désy

Les textes qui suivent sont constitués d'histoires imaginées ou modifiées par souci de confidentialité. Tous les noms des personnages sont inventés, hormis celui de Denise, dont je suis la petite-fille.

PROLOGUE

Soigner, aimer retrace mon parcours comme soignante. Certains textes ont été composés lors de ma formation. D'autres, à mes débuts comme médecin psychiatre à Sept-Îles, puis à Montréal. Certains abordent le soin d'autrui. D'autres, de soi et des Autres en soi. Tous font le pari d'une prose poétique pour dire la souffrance, la compassion.

Ma pensée et ma pratique ont évolué, mais il faut croire au passé : nous n'avons que lui. À ce stade de mon métier, je me fie à l'essentiel : soigner est une variation du verbe aimer. Il faut aimer nos patients. On espère d'un chirurgien qu'il opère bien. Jusqu'à ce qu'un robot le remplace. Du psychiatre, on attend savoir et écoute. Une machine peut prescrire des pilules mieux que lui, mais ne peut aimer mieux que lui. La médecine exige techniques et connaissances, mais cela ne suffit pas, particulièrement en

psychiatrie, où la relation est le cœur et le nœud. Nous sommes encore des humains.

Soigner est ardu et nécessite la capacité de poser des limites, tout en validant la souffrance du patient. Aimer, c'est aussi dire non, en maintenant le lien et la présence, même si le patient ne nous aime pas en retour. Surtout si le patient ne nous aime pas en retour. Nous ne soignons pas pour être aimés. Le psychiatre doit travailler cela. Autrement il peut nuire, en traitant son impuissance ou son amour-propre au détriment du patient.

Il y a malaise dans la civilisation psychiatrique. De multiples difficultés psychologiques et sociales secouent le monde. Ces problèmes ne relèvent généralement pas de la psychiatrie, ou si peu. La frontière entre le normal et le pathologique est de plus en plus poreuse. La médecine investit la souffrance psychologique et sociale. Les attentes sont nombreuses. La psychiatrie reste aidante et efficace lorsqu'elle se connaît elle-même et investit son domaine, les maladies psychiatriques. Un philosophe et historien de la médecine, Mirko D. Grmek, soulignait cet enjeu : d'un côté, avec le développement de la science, le champ de la psychiatrie perd des diagnostics au profit de la médecine physique, comme la neurosyphilis. De l'autre côté, le terrain de la psychiatrie gruge celui de la normalité. La médecine est parfois aussi démunie que les patients. Il devient urgent que la psychothérapie soit davantage accessible et que nous nous interroguions, collectivement, sur les raisons de nos souffrances. La psychiatrie, elle, continuera de faire ce qu'elle fait le mieux : traiter les

maladies psychiatriques. La question du normal et du pathologique s'avère fondamentale. La souffrance est trop importante pour être laissée aux mains des seuls médecins. Soigner transcende le système de santé. Les aidantes et aidants naturels, en majorité des femmes, sont d'incroyables soignantes et soignants. Leur rôle n'est pas suffisamment reconnu et soutenu.

Soigner demande humilité. La relation thérapeutique est inégale. L'humilité équilibre le lien. Permet la compassion et non la pitié. Rappelle que le patient pourrait être moi, que peu me distingue de lui. L'excès d'argent et de pouvoir nuit à cette posture humble, en plus de creuser les inégalités socioéconomiques, qui sont un déterminant majeur de la santé d'une population.

Soigner, aimer n'existerait pas sans mes patients ; je n'existerais pas comme psychiatre sans eux. Ils m'ont presque tout appris. Je les en remercie. Ils sont, avec mes amies et amis poètes, les personnes que j'admire le plus.

L'AMOUR, C'EST LES AUTRES

